

# HERMAION

Documentos de trabajo: edición y traducción de textos griegos

## *Carta a Meneceo* de Epicuro

Edición y traducción de Jorge Cano Cuenca



Lucio Anneo  
**SÉNECA**  
Instituto de Estudios Clásicos  
sobre la Sociedad y la Política

2007-03

*Hermaion*

Documentos de trabajo monográficos: edición y traducción de textos griegos

**Edita:**

Instituto de Estudios Clásicos "Lucio Anneo Séneca"  
Universidad Carlos III de Madrid  
Edificio 17 "Ortega y Gasset"  
C/ Madrid, 133 - 28903 - Getafe (Madrid) - España  
Teléfono: (+34) 91 624 58 68 / 91 624 85 59  
Fax: (+34) 91 624 92 12  
Correo-e: seneca@hum.uc3m.es

## Carta a Meneceo de Epicuro

Edición y traducción de  
Jorge Cano Cuenca

Nota preliminar:

Pocos filósofos han sido capaces de generar tanta apropiación y revuelo sobre ellos como Epicuro. Quizá, de entre los que habitaron eso que llamamos “antigüedad”, haya recaído sobre él, al igual que sobre Heráclito y Platón, el dudoso honor de aparecer una y otra vez mencionados en numerosos libros y diccionarios de citas con exhortaciones al placer, a una constitución ética propia del *self-made man*, e incluso a la veta más recalcitrante y reaccionaria del individualismo burgués. Además todos ellos han prestado su nombre a una serie de perífrasis y dudosas expresiones por todos conocidos y que no revelan más que las mismas tergiversaciones, malinterpretaciones y vulgarizaciones que el propio Epicuro denuncia manifiestamente en esta *Carta a Meneceo*.

Es realmente curiosa cómo han llegado hasta nosotros las doctrinas de la secta epicúrea, una extraña transmisión en la que la estulticia humana se ha aliado felizmente a las propias materias naturales para que unos pocos textos de Epicuro y de sus continuadores nos continúen hablando: resulta casi un milagro que a la censura eclesiástica se le colara el poema de Lucrecio entre un grupo de textos vinculados con Cicerón, que entre los muros de piedra de las casas de los pastores y agricultores de la perdida Enoanda apareciera la inscripción del filántropo Diógenes, que entre la lava sólida y negra de Herculano surgieran unos carbonizados papiros para traernos las doctrinas de la escuela —¿el celo de la materia por continuar afirmándose ante la tiranía del “espíritu”?— y de que, gracias al gran respeto y escrúpulo compilador de Diógenes Laercio, parejo al olvido y desconocimiento de la obra durante la Edad Media, aún podamos escuchar a ese *primum Graius homo mortalis (...)* *atque omnem inmensum peragravit mente animoque / unde refert nobis victor quid possit oriri, quid nequeat, finita potestas denique quoique / quanam sit ratione atque alte terminus haerens. / Quare religio pedibus subiecta vicissim / obteriturnos exaequat victoria caelo.*

“Su victoria nos iguala al cielo”: gozosa manera de definir una victoria, acaso la única que tenemos a mano... Una victoria que marca una línea que parte de Epicuro y que no va a dejar de nutrir de heterodoxia, de apertura a la vida y de pensamiento no académico los siglos posteriores por mucho que se hayan separado del instinto sistemático del Jardín: desde sus “rivales” de secta, Séneca y Marco Aurelio, a Spinoza, Gassendi, Hume, Kant, Marx, Nietzsche, Jefferson, Deleuze, Foucault, Sloterdijk... Continuará viva esta línea en la medida en que alguien, sin aspavientos, sin máscara alguna, diga un saludable y convencido: “no”, un “no” tan alegre como el sano disfrute que le aportaba al maestro en sus últimos días el regalo de una tarrina de un queso hecho por un amigo. Nietzsche comparó a Epicuro con un mar en calma: uno de los más intuitivos médicos culturales de la historia, el gran cirujano de la “ciencia jovial”, no pudo dejar de entrever que debajo del sereno piélago del griego latía una herida abierta: sólo quien realmente lo necesita puede hundir sus palabras en la *ataraxía*, sólo quien está ahído de ruido puede desear las frescas sombras del *képos*. Quizá tenga que ver con el movimiento de los tiempos, con la caída de todo un modelo de organización colectiva, algo que tampoco les resulta ajeno a los atribulados europeos del siglo XX... Lo cierto es que, con el paso de los años, una doctrina que predica el ocultamiento público —no social—, el *láthe biósas*, se ha convertido en una intensa arma de resistencia política, que la imagen de un grupo de amigos deambulando en un modesto jardín y apartados de la práctica cívica, con poco y todo que compartir, sordos predicadores de la *autárkeia* vital, resulta aún profundamente revolucionaria y utópica y que aún resuena la palabra *phármakon* en las declaraciones de los mejores filósofos contemporáneos. Pocas veces se ha hecho una llamada tan radical a cada uno de los hombres a asumir su propia naturaleza: corpórea, mortal, material y limitada y, lo que es auténticamente de Epicuro, a proclamar la libertad y la alegría que de ello se desprende. Suena trágico —posiblemente sea la veta más puramente griega de pensamiento y contemplación de eso que llamamos “lo real”—, y algo trágico late en ello, pero si eliminamos la palabra “resignación”, sólo podemos entenderlo desde el *suave* gozo y la jovialidad.

El texto griego traducido es el de la edición de G. Arrighetti, *Epicuro, Opere*, Turín, 1960.

# CARTA A MENECEO

*Ἐπίκουρος Μενοικεῖ χαίρειν.*

Μήτε νέος τις ὦν μελλέτω φιλοσοφεῖν, μήτε γέρων ὑπάρχων κοπιάτω φιλοσοφῶν. οὔτε γὰρ ἄωρος οὐδεὶς ἐστὶν οὔτε πάρωρος πρὸς τὸ κατὰ ψυχὴν ὑγιαίνειν. ὁ δὲ λέγων ἢ μήπω τοῦ φιλοσοφεῖν ὑπάρχειν ὥραν ἢ παρεληλυθέναι τὴν ὥραν, ὁμοίος ἐστὶν τῷ λέγοντι πρὸς εὐδαιμονίαν ἢ μὴ παρεῖναι τὴν ὥραν ἢ μηκέτι εἶναι. ὥστε φιλοσοφητέον καὶ νέω καὶ γέροντι, τῷ μὲν ὅπως γηράσκων νεάζῃ τοῖς ἀγαθοῖς διὰ τὴν χάριν τῶν γεγονότων, τῷ δὲ ὅπως νέος ἅμα καὶ παλαιὸς ἦ διὰ τὴν ἀφοβίαν τῶν μελόντων· μελετᾶν οὖν χρὴ τὰ ποιοῦντα τὴν εὐδαιμονίαν, εἴπερ παρούσης μὲν αὐτῆς πάντα ἔχομεν, ἀπούσης δὲ πάντα πράττομεν εἰς τὸ ταύτην ἔχειν.

Ἄ δέ σοι συνεχῶς παρήγγελον, ταῦτα καὶ πράττε καὶ με λέτα, στοιχεῖα τοῦ καλῶς ζῆν ταῦτ' εἶναι διαλαμβάνων. Πρῶτον μὲν τὸν θεὸν ζῶον ἄφθαρτον καὶ μακάριον νομίζων, ὡς ἡ κοινὴ τοῦ θεοῦ νόησις ὑπεγράφη, μηθὲν μήτε τῆς ἀφθαρσίας ἄλλο τριὸν μήτε τῆς μακαριότητος ἀνοίκειον αὐτῷ πρόσαπτε· πᾶν δὲ τὸ φυλάττειν αὐτοῦ δυνάμενον τὴν μετὰ ἀφθαρσίας μακαριότητα περὶ αὐτὸν δόξαζε. θεοὶ μὲν γὰρ εἰσὶν· ἐναργὴς γὰρ αὐτῶν ἐστὶν ἡ γνῶσις· οἷους δ' αὐτοὺς <οἱ> πολλοὶ νομίζουσιν, οὐκ εἰσὶν· οὐ γὰρ φυλάττουσιν αὐτοὺς οἷους νοοῦσιν. ἀσεβὴς δὲ οὐχ ὁ τοὺς τῶν πολλῶν θεοὺς ἀναιρῶν, ἀλλ' ὁ τὰς τῶν πολλῶν δόξας θεοῖς προσάπτων. οὐ γὰρ προλήψεις εἰσὶν ἀλλ' ὑπολήψεις ψευδεῖς αἱ τῶν πολλῶν ὑπὲρ θεῶν ἀποφάσεις. ἐνθεν αἱ μέγιστα βλάβαι [αἵτιαι τοῖς κακοῖς] ἐκ θεῶν ἐπάγονται καὶ ὠφέλεια. ταῖς γὰρ ἰδίαις οἰκειούμενοι διὰ παντὸς ἀρεταῖς τοὺς ὁμοίους ἀποδέχονται, πᾶν τὸ μὴ τοιοῦτον ὡς ἀλλότριον νομίζοντες.

***Epicuro a Meneceo, alegría***

Nadie en su juventud aplaza el momento de entregarse a la filosofía, que tampoco ningún viejo se canse de filosofar. Pues no se llega ni demasiado pronto ni demasiado tarde a la salud del alma. Quien dice que aún no es el momento de entregarse a la filosofía, o que ya se le ha pasado ese momento, se parece al que habla sobre la felicidad y dice que aún no se le ha presentado el tiempo o que se ha ido. Por tanto, hay que filosofar de joven y de viejo: en un caso para que, cuando llegue la vejez, uno pueda rejuvenecer por los bienes que regala el pasado; en el otro para que la juventud se junte a la madurez en la ausencia de miedo al porvenir. Así que hay que preocuparse de aquello que depara felicidad, pues, si esta está presente, lo tenemos todo; si nos falta, hacemos todo lo que podemos para conseguirla.

Eso que una y otra vez te he venido aconsejando: hazlo y tenlo en mente y considera que son los fundamentos de una vida feliz. En primer lugar, piensa que la divinidad es incorruptible y feliz, tal y como está representada en la noción común sobre lo divino y no le atribuyas nada distinto de la incorruptibilidad ni nada ajeno a la felicidad. Hazte la idea de que en ella se halla todo cuanto puede mantener la felicidad que va unida a la incorruptibilidad. Los dioses existen, ya que es evidente que tenemos conocimiento de ellos, pero no existen de la manera que piensa la mayoría, que no los guardan de la manera en que los piensan. Y la impiedad no reside en negar a los dioses de la mayoría, sino en atribuir a los dioses las opiniones de la mayoría, pues los juicios que realiza esta sobre los dioses no son prenociones, sino suposiciones falsas. De ahí que procedan de ellos los mayores perjuicios y beneficios. Pues acostumbrados a sus propias virtudes en todo momento acogen a los que son semejantes a ellos, pero consideran ajeno lo que no es como ellos.

Συνέθιζε δὲ ἐν τῷ νομίζειν μηδὲν πρὸς ἡμᾶς εἶναι τὸν θάνατον· ἐπεὶ πᾶν ἀγαθὸν καὶ κακὸν ἐν αἰσθήσει· στέρησις δὲ ἐστὶν αἰσθήσεως ὁ θάνατος. ὅθεν γνῶσις ὀρθὴ τοῦ μηθὲν εἶναι πρὸς ἡμᾶς τὸν θάνατον ἀπολαυστὸν ποιεῖ τὸ τῆς ζωῆς θνητόν, οὐκ ἄπειρον προστιθεῖσα χρόνον, ἀλλὰ τὸν τῆς ἀθανασίας ἀφελόμενη πόθον. οὐθὲν γάρ ἐστιν ἐν τῷ ζῆν δεινὸν τῷ κατειληφῶτι γνησίως τὸ μηδὲν ὑπάρχειν ἐν τῷ μὴ ζῆν δεινόν. ὥστε μάταιος ὁ λέγων δεδιέναι τὸν θάνατον οὐχ ὅτι λυπήσει παρών, ἀλλ' ὅτι λυπεῖ μέλλον. ὁ γὰρ παρὸν οὐκ ἐνοχλεῖ, προσδοκώμενον κενῶς λυπεῖ. τὸ φρικωδέστατον οὖν τῶν κακῶν ὁ θάνατος οὐθὲν πρὸς ἡμᾶς, ἐπειδὴ περ ὅταν μὲν ἡμεῖς ὦμεν, ὁ θάνατος οὐ πάρεστιν, ὅταν δὲ ὁ θάνατος παρῇ, τόθ' ἡμεῖς οὐκ ἐσμέν. οὔτε οὖν πρὸς τοὺς ζῶντάς ἐστιν οὔτε πρὸς τοὺς τετελευτηκότας, ἐπειδὴ περ περὶ οὓς μὲν οὐκ ἐστὶν, οἱ δ' οὐκέτι εἰσὶν. Ἄλλ' οἱ πολλοὶ τὸν θάνατον ὅτε μὲν ὡς μέγιστον τῶν κακῶν φεύγουσιν, ὅτε δὲ ὡς ἀνάπαυσιν τῶν ἐν τῷ ζῆν <κακῶν αἰροῦνται.

ὁ δὲ σοφὸς οὔτε παραιτεῖται τὸ ζῆν οὔτε φοβεῖται τὸ μὴ ζῆν> οὔτε γὰρ αὐτῷ προσίσταται τὸ ζῆν οὔτε δοξάζεται κακόν εἶναί τι τὸ μὴ ζῆν. ὥσπερ δὲ τὸ σιτίον οὐ τὸ πλείστον πάντως ἀλλὰ τὸ ἥδιστον αἰρεῖται, οὕτω καὶ χρόνον οὐ τὸν μήκιστον ἀλλὰ τὸν ἥδιστον καρπίζεται. Ὁ δὲ παραγγέλλων τὸν μὲν νέον καλῶς ζῆν, τὸν δὲ γέροντα καλῶς καταστρέφειν, εὐήθης ἐστὶν οὐ μόνον διὰ τὸ τῆς ζωῆς ἀσπαστόν, ἀλλὰ καὶ διὰ τὸ τὴν αὐτὴν εἶναι μελέτην τοῦ καλῶς ζῆν καὶ τοῦ καλῶς ἀποθνήσκειν. πολὺ δὲ χείρων καὶ ὁ λέγων· καλὸν μὴ φύναι, φύτα δ' ὅπως ὥκιστα πύλας Ἄϊδαο περῆσαι. εἰ μὲν γὰρ πεποιθῶς τοῦτο φησιν, πῶς οὐκ ἀπέρχεται ἐκ τοῦ ζῆν; ἐν ἐτοιμῷ γὰρ αὐτῷ τοῦτ' ἐστίν, εἴπερ ἦν βεβουλευμένον αὐτῷ βεβαίως· εἰ δὲ μωκώμενος, μάταιος ἐν τοῖς οὐκ ἐπιδεχομένοις.

Μνημονευτέον δὲ ὡς τὸ μέλλον οὔτε πάντως ἡμέτερον οὔτε πάντως οὐχ ἡμέτερον, ἵνα μήτε πάντως προσμένωμεν ὡς ἐσόμενον μήτε ἀπελπίζωμεν ὡς πάντως οὐκ ἐσόμενον.



Habítuate a considerar que la muerte no supone nada para nosotros, ya que todo bien y todo mal provienen de la sensación y la muerte, en cambio, es la privación de sensación. Por ello, el recto conocimiento de que la muerte no supone nada para nosotros convierte nuestra condición mortal en un motivo de gozo, y no porque ello nos vaya a deparar un tiempo infinito, sino por que erradica el anhelo de inmortalidad. La vida no puede albergar nada terrible si uno ha comprendido en profundidad que no hay nada terrible en el hecho de no estar vivo. Es una necedad afirmar que se teme a la muerte no porque le vaya a causar sufrimiento a uno cuando se presente, sino porque le causa sufrimiento el hecho de esperarla. Lo que no perturba cuando se presenta, no puede sino generar una vana aflicción cuando se espera. Así pues, el mal que más nos hace estremecernos no supone nada para nosotros, ya que ciertamente mientras somos, la muerte no está presente; y cuando la muerte se presenta, entonces nosotros no estamos. No afecta, por tanto, ni a los que viven ni a los que han muerto, pues para unos aún no es y los otros ya no son. En cambio, la mayoría de la gente se debate entre huir de la muerte como del mayor de los males o aceptarla como el descanso de los males de la existencia.

El sabio, sin embargo, ni rechaza estar vivo, ni teme no estarlo. No se opone a la vida ni considera que sea un mal no estar vivo. Del mismo modo que no elige su comida por la cantidad, sino por lo placentera que resulte, no cosecha los frutos del tiempo por su tamaño, sino por ser placenteros. Es muy ramplón aconsejar a un joven vivir bien y a un anciano terminar bien, no sólo por lo agradable de la vida, sino además porque el cuidado de vivir bien y el de morir bien son el mismo. Peor aún es el que dice: “Lo bueno es no haber nacido, o, una vez nacido, traspasar lo antes posible las puertas del Hades”. Alguien que afirma esto completamente convencido, ¿por qué no se marcha ya de la vida? Pues eso lo tiene fácil, si lo ha meditado con resolución; si lo dice a la ligera, es frívolo en lo que no admite.

Hay que traer a la mente que el porvenir ni es nuestro por entero, ni tampoco es enteramente no nuestro, a fin de no esperar que lo vaya a ser siempre ni estar desesperados porque no lo sea.

Ἐναλογιστέον δὲ ὡς τῶν ἐπιθυμιῶν αἱ μὲν εἰσι φυσικαί, αἱ δὲ κεναί, καὶ τῶν φυσικῶν αἱ μὲν ἀναγκαῖαι, αἱ δὲ φυσικαὶ μόνον· τῶν δὲ ἀναγκαίων αἱ μὲν πρὸς εὐδαιμονίαν εἰσὶν ἀναγκαῖαι, αἱ δὲ πρὸς τὴν τοῦ σώματος ἀσχηστίαν, αἱ δὲ πρὸς αὐτὸ τὸ ζῆν. τούτων γὰρ ἀπλανῆς θεωρία πᾶσαν αἵρεσιν καὶ φυγὴν ἐπανάγειν οἶδεν ἐπὶ τὴν τοῦ σώματος ὑγίειαν καὶ τὴν τῆς ψυχῆς ἀταραξίαν, ἐπεὶ τοῦτο τοῦ μακαρίως ζῆν ἐστὶ τέλος. τούτου γὰρ χάριν πάντα πράττομεν, ὅπως μήτε ἀλγῶμεν μήτε ταρβῶμεν. ὅταν δὲ ἅπαξ τοῦτο περὶ ἡμῶς γένηται, λύεται πᾶς ὁ τῆς ψυχῆς χειμῶν, οὐκ ἔχοντος τοῦ ζῶου βαδίζειν ὡς πρὸς ἐνδέον τι καὶ ζητεῖν ἕτερον ὧ τὸ τῆς ψυχῆς καὶ τοῦ σώματος ἀγαθὸν συμπληρῶσεται. τότε γὰρ ἡδονῆς χρεῖαν ἔχομεν, ὅταν ἐκ τοῦ μὴ παρῆναι τὴν ἡδονὴν ἀλγῶμεν· <ὅταν δὲ μὴ ἀλγῶμεν> οὐκέτι τῆς ἡδονῆς δεόμεθα.

Καὶ διὰ τοῦτο τὴν ἡδονὴν ἀρχὴν καὶ τέλος λέγομεν εἶναι τοῦ μακαρίως ζῆν. ταύτην γὰρ ἀγαθὸν πρῶτον καὶ συγγενικὸν ἔγνωμεν, καὶ ἀπὸ ταύτης καταρχόμεθα πάσης αἱρέσεως καὶ φυγῆς, καὶ ἐπὶ ταύτην κατανατῶμεν ὡς κανόνι τῷ πάθει πᾶν ἀγαθὸν κρίνοντες. Καὶ ἐπεὶ πρῶτον ἀγαθὸν τοῦτο καὶ σύμφυτον, διὰ τοῦτο καὶ οὐ πᾶσαν ἡδονὴν αἰρούμεθα, ἀλλ' ἐστὶν ὅτε πολλὰς ἡδονὰς ὑπερβαίνομεν, ὅταν πλεῖον ἡμῖν τὸ δυσχερὲς ἐκ τούτων ἔπηται· καὶ πολλὰς ἀλγηδόνας ἡδονῶν κρείττους νομίζομεν, ἐπειδὴν μείζων ἡμῖν ἡδονὴ παρακολουθῇ πολὺν χρόνον ὑπομείνασι τὰς ἀλγηδόνας. πᾶσα οὖν ἡδονὴ διὰ τὸ φύσιν ἔχειν οἰκείαν ἀγαθόν, οὐ πᾶσα μέντοι αἰρετή· καθάπερ καὶ ἀλγηδὼν πᾶσα κακόν, οὐ πᾶσα δὲ αἰεὶ φευκτὴ πεφυκυῖα. τῇ μέντοι συμμετρήσει καὶ συμφερόντων καὶ ἀσυμφόρων βλέψει ταῦτα πάντα κρίνειν καθήκει. χρώμεθα γὰρ τῷ μὲν ἀγαθῷ κατὰ τινὰς χρόνους ὡς κακῷ, τῷ δὲ κακῷ τοῦμπαλιν ὡς ἀγαθῷ.

También hay que considerar que algunos deseos son naturales, otros son vanos; algunos de los naturales son necesarios, otros sencillamente naturales; de los necesarios unos lo son para lograr la felicidad, otros lo son para el bienestar del cuerpo, otros para la propia vida. Un conocimiento seguro de estos deseos es suficiente para conducir cualquier elección o rechazo hacia la salud del cuerpo y la serenidad del alma, pues es este el fin de una vida feliz. Asimismo el motivo de todo cuanto hacemos es no sentir dolor ni encontrarnos afligidos. En cuanto lo alcanzamos, aunque sea una sola vez, cesan las tormentas del alma, y un ser vivo no tiene ya que deambular como si se encontrara necesitado de algo o como si buscase alguna otra cosa con la que colmar de bienes su alma y su cuerpo. Tenemos, por tanto, necesidad de placer cuando su ausencia nos provoca dolor; pero en cuanto no sentimos dolor, ya no hay necesidad de placer.

Por todo esto afirmamos que el placer es el principio y el fin de la vida feliz. Lo hemos considerado el bien primero y originario y nos sirve como punto de partida para elegir y rechazar, y a él acudimos para juzgar todo bien desde el criterio que marca la sensación. Dado que es este el bien primero y connatural, no elegimos por tanto cualquier placer, sino que hay ocasiones en las que son muchos los que dejamos de lado, cuando consideramos que les acompaña una aflicción aún mayor. Creemos que hay dolores que son preferibles a los placeres, en caso de que, después de un largo tiempo soportando esos dolores, sobrevenga un placer aún mayor. Todo placer, por tanto, por el hecho de tener una naturaleza familiar, es un bien, aunque no todos sean aceptables. En cuanto a los dolores, son todos malos; pese a esto, no hay que estar siempre huyendo de ellos. Lo conveniente es juzgar todas estas cosas mediante el cálculo de los beneficios y la consideración de los perjuicios, puesto que en algunas ocasiones hacemos uso de un bien como si fuera un mal, y, a la inversa, de un mal como si fuera un bien.

Καὶ τὴν αὐτάρκειαν δὲ ἀγαθὸν μέγα νομίζομεν, οὐχ ἵνα πάντως τοῖς ὀλίγοις χρώμεθα, ἀλλ' ὅπως, ἐὰν μὴ ἔχωμεν τὰ πολλά, τοῖς ὀλίγοις ἀρκώμεθα, πεπεισμένοι γνησίως ὅτι ἥδιστα πολυτελείας ἀπολαύουσιν οἱ ἥκιστα ταύτης δεόμενοι, καὶ ὅτι τὸ μὲν φυσικὸν πᾶν εὐπόριστόν ἐστι, τὸ δὲ κενὸν δυσπόριστον, οἷ τε λιτοὶ χυλοὶ ἴσην πολυτελεῖ διαίτη τὴν ἡδονὴν ἐπιφέρουσιν, ὅταν ἅπαν τὸ ἀλγοῦν κατ' ἔνδειαν ἐξαίρεθῇ, καὶ μᾶζα καὶ ὕδωρ τὴν ἀκροτάτην ἀποδίδωσιν ἡδονήν, ἐπειδὴ ἐνδέων τις αὐτὰ προσενέγκηται. τὸ συνεθίζειν οὖν ἐν ταῖς ἀπλαῖς καὶ οὐ πολυτελέσι διαίταις καὶ ὑγιείας ἐστὶ συμπληρωτικὸν καὶ πρὸς τὰς ἀναγκαίας τοῦ βίου χρήσεις ἄοκνον ποιεῖ τὸν ἄνθρωπον καὶ τοῖς πολυτελέσιν ἐκ διαλειμμάτων προσερχομένοις κρεῖττον ἡμᾶς διατίθησι καὶ πρὸς τὴν τύχην ἀφόβους παρασκευάζει.

Ὅταν οὖν λέγωμεν ἡδονὴν τέλος ὑπάρχειν, οὐ τὰς τῶν ἀσώτων ἡδονὰς καὶ τὰς ἐν ἀπολαύσει κειμένας λέγομεν, ὥς τινες ἀγνοοῦντες καὶ οὐχ ὁμολογοῦντες ἢ κακῶς ἐκδεχόμενοι νομίζουσιν, ἀλλὰ τὸ μήτε ἀλγεῖν κατὰ σῶμα μήτε ταραττεσθαι κατὰ ψυχὴν. 132 οὐ γὰρ πότοι καὶ κῶμοι συνείροντες οὐδ' ἀπολαύσεις παίδων καὶ γυναικῶν οὐδ' ἰχθύων καὶ τῶν ἄλλων ὅσα φέρει πολυτελὴς τράπεζα, τὸν ἡδὺν γεννᾷ βίον, ἀλλὰ νήφων λογισμὸς καὶ τὰς αἰτίας ἐξερευνῶν πάσης αἰρέσεως καὶ φυγῆς καὶ τὰς δόξας ἐξελαύνων, ἐξ ὧν πλεῖστος τὰς ψυχὰς καταλαμβάνει θόρυβος.

Creemos que la autosuficiencia es un gran bien, no para que siempre echemos mano de unas pocas cosas, sino para que, si no es mucho lo que tenemos, nos baste eso poco, convencidos hasta la médula de que los que más placer encuentran en la abundancia son los que menos necesitan de ella, de que todo lo que es natural es fácil de conseguir y de que lo vano es muy difícil de adquirir. Cuando se ha extirpado de uno el dolor que proviene de la necesidad, aportan el mismo placer los sabores sencillos que las comidas succulentas: el pan y el agua dan un placer muy intenso, si el que se los lleva a la boca los necesita. Así pues hacerse con el hábito de llevar un régimen sencillo y sin lujos ayuda a conseguir salud, hace que un ser humano no se muestre vacilante en las situaciones en las que la vida apremia; cuando se le presenten delante épocas prósperas, le resultarán más gratas, y además resulta un entrenamiento para mostrarse valiente en los lances de la suerte.

Así pues, cuando decimos que el placer es el fin, no estamos hablando de los placeres de los viciosos ni de los que reporta una vida disipada, como piensan aquellos que o nos desconocen, o discrepan, o nos malentienden, sino al no sentir dolor en el cuerpo ni turbación en el alma. Pues ni banquetes ni fiestas sin fin, ni los placeres que dan los muchachos jóvenes o las mujeres, ni los pescados o cuantos alimentos se sirven en una mesa lujosa, proporcionan una vida placentera, sólo un razonamiento sobrio que busque las causas de toda elección y rechazo y que aleje las opiniones falsas, que son las que producen mayor aflicción a las almas.

Τούτων δὲ πάντων ἀρχὴ καὶ τὸ μέγιστον ἀγαθὸν φρόνησις. διὸ καὶ φιλοσοφίας τιμιώτερον ὑπάρχει φρόνησις, ἐξ ἧς αἱ λοιπαὶ πᾶσαι πεφύκασιν ἀρεταί, διδάσκουσα ὡς οὐκ ἔστιν ἡδέως ζῆν ἄνευ τοῦ φρονίμως καὶ καλῶς καὶ δικαίως, <οὐδὲ φρονίμως καὶ καλῶς καὶ δικαίως> ἄνευ τοῦ ἡδέως. συμπεφύκασι γὰρ αἱ ἀρεταὶ τῷ ζῆν ἡδέως καὶ τὸ ζῆν ἡδέως τούτων ἔστιν ἀχώριστον. Ἐπεὶ τίνα νομίζεις εἶναι κρείττονα τοῦ καὶ περὶ θεῶν ὅσια δοξάζοντος καὶ περὶ θανάτου διὰ παντὸς ἀφόβως ἔχοντος καὶ τὸ τῆς φύσεως ἐπιλεγισμένου τέλος καὶ τὸ μὲν τῶν ἀγαθῶν πέρας ὡς ἔστιν εὐσυνπλήρωτόν τε καὶ εὐπόριστον διαλαμβάνοντος, τὸ δὲ τῶν κακῶν ὡς ἡ χρόνους ἢ πόρους ἔχει βραχεῖς; τὴν δὲ ὑπὸ τινων δεσπότην εἰσαγομένην πάντων ἀγγέλλοντος ..... <ὧν ἃ μὲν κατ' ἀνάγκην ἐστίν,> ἃ δὲ ἀπὸ τύχης, ἃ δὲ παρ' ἡμᾶς, διὰ τὸ τὴν μὲν ἀνάγκην ἀνυπεύθυνον εἶναι, τὴν δὲ τύχην ἄστατον ὁρᾶν, τὸ δὲ παρ' ἡμᾶς ἀδέσποτον, ᾧ καὶ τὸ μεμπτὸν καὶ τὸ ἐναντίον παρακολουθεῖν πέφυκεν. ἐπεὶ κρεῖττον ἦν τῷ περὶ θεῶν μύθῳ κατακολουθεῖν ἢ τῇ τῶν φυσικῶν εἰμαρμένη δουλεύειν· ὁ μὲν γὰρ ἐλπίδα παραιτήσεως ὑπογράφει θεῶν διὰ τι μῆς, ἡ δὲ ἀπαραίτητον ἔχει τὴν ἀνάγκην. τὴν δὲ τύχην οὔτε θεόν, ὡς οἱ πολλοὶ νομίζουσιν, ὑπολαμβάνων, ὁ ὕθ' ἐν γὰρ ἀτάκτως θεῷ πράττεται οὐ τε ἀβέβαιον αἰτίαν, <οὐκ> οἶεται μὲν γὰρ ἀγαθὸν ἢ κακὸν ἐκ ταύτης πρὸς τὸ μακαρίως ζῆν ἂν θρόποις δίδοσθαι, ἀρχὰς μέντοι μεγάλων ἀγαθῶν ἢ κακῶν ὑπὸ ταύτης χορηγεῖσθαι· κρεῖττον εἶναι νομίζει εὐλογίστεως ἀτυχεῖν ἢ ἀλογίστεως εὐτυχεῖν· βέλτιον γὰρ ἐν ταῖς πράξεσι τὸ καλῶς κριθέν ὀρθωθῆναι διὰ ταύτην.

Ταῦτα οὖν καὶ τὰ τούτοις συγγενῇ μελέτῃ πρὸς σεαυτὸν ἡμέρας καὶ νυκτὸς <καὶ> πρὸς τὸν ὅμοιον σεαυτῷ, καὶ οὐδέποτε οὐθ' ὕπαρ οὐτ' ὄναρ διαταραχθήσῃ, ζῆσι δὲ ὡς θεὸς ἐν ἀνθρώποις. οὐθ' ἐν γὰρ ἔοικε θνητῷ ζῶν ζῶν ἄνθρωπος ἐν ἀθανάτοις ἀγαθοῖς.

El comienzo de todo esto y el mayor bien es la prudencia, por ello la prudencia es incluso más apreciable que la filosofía. Pues de ella surgen naturalmente todas las demás virtudes: enseña que no se puede vivir con placer si no se vive con cordura, honestidad y justicia; ni vivir con cordura, honestidad y justicia sin vivir con placer. Las virtudes, por tanto, son connaturales a una vida placentera y la vida placentera es inseparable de ellas. ¿Quién podría ser mayor que alguien cuyas creencias son piadosas respecto a los dioses, que en ningún momento tiene temor alguno a la muerte, que ha reflexionado sobre el fin de la naturaleza y sabe que se llega con facilidad a colmar el límite de los placeres y que el límite de los males aparece en momentos y padecimientos breves; que anuncia que esa dueña de todas las cosas —la Fatalidad— ha sido introducida por algunos y que las cosas suceden unas por necesidad, otras por azar, otras dependen de nosotros, de modo que la necesidad no tiene responsabilidad, la fortuna sigue un rumbo incierto, pero en lo que depende de nosotros no hay más dueño, por lo que es natural que surjan ahí la censura o el elogio?

Es preferible tener en cuenta los mitos que hay sobre los dioses que servir de esclavos a la Fatalidad de los físicos, pues en un caso se dibuja la esperanza de una intercesión divina a cambio de honores, mientras que la necesidad no ofrece intercesión alguna. Un hombre así no considera que la fortuna sea una divinidad, como cree la mayoría —ya que nada que haya hecho un dios puede carecer de orden—, ni una causalidad incierta, ya que no cree que a través de ella obtengan los hombres un bien o un mal para la vida feliz, por más que sea ella quien lleve la voz cantante en los comienzos de grandes bienes y grandes males. Piensa que es preferible ser desafortunados y sensatos que ser insensatos y afortunados. No obstante, es mejor que lo que hemos decidido correctamente se enderece en nuestras acciones con su ayuda.

Estas cosas y otras semejantes medítalas contigo mismo día y noche y también con alguien semejante a ti y jamás, ni en la vigilia ni en el sueño te sentirás turbado. Vivirás como un dios entre hombres, pues en nada se asemeja a un ser mortal el hombre que vive en los bienes inmortales.